

流行性感冒(「流感」)及流感疫苗

□ 何為流行性感冒或「流感」?

流行性感冒或「流感」是一種由病毒引起的呼吸道傳染病。流行性感冒的主要嚴重併發症是肺炎及慢性疾病惡化。

□ 流感如何傳播?

- ✓ 流感主要透過含流感病毒的「呼吸道分泌物」或飛沫(如唾液、唾沫或黏液)在人與人之間進行傳播，並且在感染者咳嗽或打噴嚏時傳播。
- ✓ 這些飛沫可能落在病人附近(3 至 6 英尺之內)人士的口、鼻及咽喉。
- ✓ 流感亦可能透過接觸感染者手部及被感染的其他物體和表面上的傳染性呼吸道分泌物進行傳播。

□ 感染流感後會有哪些症狀?

流感病人會感到「全身不適」。典型症狀包括：

- ✓ 發燒、發冷、虛弱、食慾不振及頭痛、背痛、手痛和腿痛。
- ✓ 喉嚨痛及咳嗽、作嘔，亦可能出現眼睛灼痛。
- ✓ 發燒(最高可達華氏 104° F 度)及其他嚴重流感症狀通常會持續 3 至 7 天，但人們可能會在更長時間內感到疲憊和虛弱。
- ✓ 幼兒及兒童可能出現作嘔、嘔吐及腹泄。
- ✓ 併發症包括脫水、肺炎及慢性病惡化(如哮喘、支氣管炎、心臟病和糖尿病)。

□ 流感屬於嚴重疾病嗎?

✓ 對於健康的兒童和成年人，流行性感冒通常是一種中度嚴重的疾病。

✓ 對於未滿一歲及患有糖尿病、哮喘、心臟及肺部等慢性疾病的人士，流行性感冒可能是非常嚴重的疾病，需住院治療，甚至可導致死亡。這些病人被視為可能出現流感嚴重併發症之高風險人群。

□ 如何預防流感及其併發症?

- ✓ 預防流感的最佳方法是注射疫苗。免疫接種有助於身體免疫系統抵抗流行性感冒病毒。
- ✓ 經常洗手或使用酒精性洗手液，咳嗽時捂住您的口鼻。
- ✓ 避免與其他病人近距離接觸。
- ✓ 發燒及咳嗽時不要上班或上學，留在家中。

□ 如何治療流感及其併發症?

- ✓ 如果您發高燒或有其他嚴重症狀，請與您的保健醫生聯絡。
- ✓ 對於無併發症的流感，您的保健醫生很可能讓您喝水和在家中休息。
- ✓ 抗病毒藥物可由保健醫生開立，以治療流行性感冒和防止高風險人群出現併發症，但必須在感染早期(通常在 48 小時內)服用。
- ✓ 抗病毒藥物亦可用於防止接觸流感病毒的人士受感染。
- ✓ 抗生素對治療流感無效。

□ 何人應接種流感疫苗?

建議可能感染嚴重流行性感冒的高風險人群及可能將流感傳給高風險人群的人士接種疫苗，包括：

- ✓ 6 至 59 個月大的所有兒童
- ✓ 50 歲或以上的所有人士
- ✓ 可能在流行性感冒季節期間懷孕的婦女
- ✓ 患有心臟病、肺病(包括哮喘)、腎病或糖尿病等慢性疾病的成年人及兒童。
- ✓ 年齡介於 6 個月至 18 歲，長期服用阿司匹林及有患雷氏症候群 (Reyes' syndrome) 風險的兒童及青少年。
- ✓ 患有某種肌肉或神經紊亂的人士(如癲癇或重大腦癱瘓)，這些疾病會導致呼吸或吞咽困難，或咳嗽能力弱化
- ✓ 因感染 HIV/AIDS (艾滋病)或其他疾病、長期接受類固醇等藥物治療、或用 X 光照射或藥物治療癌症而導致免疫系統降低的人士
- ✓ 療養院及其他長期護理機構的住院病人
- ✓ 保健人員
- ✓ 接觸流感病人的健康家人(包括兒童)及 5 歲以下或 50 歲以上人士的照護者，特別是與未滿 6 個月大兒童接觸的人士。

下接背面。

- ✓ 接觸流感病人的健康家人(包括兒童)及照護病人(患有可能增加其出現嚴重流感併發症的疾病)的人士
- ✓ 希望減低患流感或將流感傳染給他人的風險的所有人士(包括學齡兒童)

□ 流感疫苗是否安全？

- ✓ 安全。大多數人對疫苗僅有極少反應或沒有反應，有反應的人在 1 至 2 天後便好轉。

- ✓ 四分之一人士的針口處可能出現輕微腫大、發紅或敏感。
- ✓ 接種鼻噴式流感疫苗的人士可能出現流鼻涕、鼻塞及喉嚨沙啞。
- ✓ 嚴重反應極為罕見。

□ 疫苗有哪幾種？

流感疫苗有兩種：注射疫苗及鼻噴式疫苗。

- ✓ 注射疫苗適用於六個月大或以上人士。對懷孕婦女及患有慢性疾病(這些疾病可增加患嚴重流感的風險)的人士而言，是最佳選擇。
- ✓ 鼻噴式流感疫苗(LAIV (活性滅毒流感疫苗)或「Flumist」)是 2 至 49 歲健康人士的較佳選擇。
- ✓ 以下人士不應接種鼻噴式流感疫苗：
 - 患有慢性心臟病或肺病(如哮喘或反應性氣管疾病)的人士
 - 患有糖尿病或腎衰竭等疾病的人士
 - 患有可削弱免疫系統的疾病或服用可能削弱免疫系統的藥物的人士
 - 懷孕婦女
 - 2 至 5 歲患有反覆性氣喘的兒童
- ✓ 您不會因為接種流感疫苗而感染流感。
- ✓ 如需有關流感疫苗或鼻噴式流感疫苗的更多資料，請參閱：
 - 流感注射疫苗資訊聲明：
<http://www.immunize.org/vis/2flu.pdf>
 - 鼻噴式流感疫苗資訊聲明：
<http://www.immunize.org/vis/liveflu.pdf>

□ 如果您今年已接種疫苗，明年是否可能患流感？

- ✓ 有可能，因為流感病毒每年均會發生變異，身體免疫系統不能防止感染變異病毒。因此每年接種疫苗至關重要。
- ✓ 每年都會有新的流感疫苗製造出來，以預防預期在當年會引發疾病的流行性感冒種類。
- ✓ 流感疫苗可預防 3 種流行性感冒，即兩種 A 型流行性感冒及一種 B 型流行性感冒。

亦有其他格式。